

Abschlussarbeit

Ausbildung zum Systemischen Coach



INKONSTELLATION

Ausbildungsakademie

Mindset eines Systemischen Coaches

von
Tanja Zaisser

Mai 2024

Inhalt

Einleitung.....	3
Definition „Mindset“ und Vorgehensweise	3
Beschreibung Mindset Systemischer Coach.....	4
Wünsche / Befürchtungen an eine Coachingsession hinsichtlich des Mindsets.....	5
Weiterentwicklung des Mindsets eines Systemischen Coaches	5
Weitere Themen in Bezug auf das Mindset eines Systemischen Coaches	6
Mindset gleichzusetzen mit Haltung?	6
Fazit	7
Quellenverzeichnis	8
Anhang	8

Einleitung

Das Mindset eines Systemischen Coaches – ein Thema, das mich in zweierlei Aspekten interessiert hat. Als Agile Master in einem Konzern ist das Thema Mindset mein tägliches Doing - Wie formt man das Mindset einer Person? Welches Mindset bringen Menschen mit? Wie kann man Mindset weiterentwickeln? Welche Bedeutung hat Mindset? Welche Wünsche habe ich an das Mindset eines Teammitgliedes? Alles Fragestellungen der täglichen Arbeit. Durch die Weiterbildung zum Systemischen Coach habe ich mich mit folgender Fragestellung beschäftigt: „Wie sollte das Mindset eines Systemischen Coaches ausgeprägt sein?“.

Definition „Mindset“ und Vorgehensweise

Mindset besteht aus zwei Worten „Mind“ und „Set“, „Mind“ bedeutet übersetzt Geist oder Denken, das Wort „Set“ bedeutet Einstellung. Welche Denk-Einstellung sollte ein Systemischer Coach mitbringen?

Laut Carol Dweck unterscheidet man in der Regel zwischen den Begriffen „Growth Mindset“ und „Fixed Mindset“¹.



¹ Website: [Carol Dweck: A Summary of The Two Mindsets \(fs.blog\)](https://fs.blog/2017/05/carol-dweck-a-summary-of-the-two-mindsets/)

„Growth Mindest“ beschreibt eine wachsende Denk-Einstellung, die von Lernen und Weiterentwicklung geprägt ist. Bei einem „Fixed Mindset“ geht man davon aus, dass sich Denkeinstellungen nicht grundlegend verändern, sondern bestehen bleiben.

Im Systemischen Coaching geht es darum, neue Perspektiven zu ermöglichen, neue Denkweisen zu erkennen und so mit vorhanden Ressourcen neue Blickwinkel zu erreichen. Lässt sich somit daraus schlussfolgern, dass auch ein Systemischer Coach ein „Growth Mindest“, eine sogenannte wachsende bzw. dynamische Denkeinstellung/Denkweise mitbringen sollte, um sich selbst weiterzuentwickeln, lernen zu können und dadurch auch andere Menschen dabei zu unterstützen, durch Fragestellungen einen neuen Blickwinkel einzunehmen und seine Denkweise wachsen zu lassen?

Wie wird das Mindset eines Systemischen Coaches gesehen, welche Stichwörter kommen hier vor und was ist der Wunsch, den man als Klient an einen Systemischen Coach, hinsichtlich dessen Mindsets, mitbringt?

Im Folgenden werden die Themenbereiche zum Thema Mindset eines Systemischen Coaches behandelt:

1. Beschreibung Mindset Systemischer Coach
2. Wünsche / Befürchtungen an eine Coachingsession hinsichtlich des Mindsets
3. Weiterentwicklung des Mindsets eines Systemischen Coaches
4. Weitere Themen in Bezug auf das Mindset eines Systemischen Coaches

Um eine möglichst vielfältige Erkenntnis zu den Themenbereichen zu erhalten, wurde ein Fragebogen entwickelt und von Personen, die verschiedene Perspektiven auf das Thema Coaching mitbringen, befüllt. Aus deren Antworten wurden die folgenden Kapitel erarbeitet.

Beschreibung Mindset Systemischer Coach

Das Mindset eines Systemischen Coaches sollte vor allem offen sein. Ein Systemischer Coach ist neugierig, frei von Vorurteilen und Bewertung seines Klienten gegenüber. Er zeichnet sich durch Empathie, Zielorientierung, Beobachtungen und aktivem Zuhören aus.

Während einem Coaching hat der Coach nicht nur den Blick auf seinen Klienten, sondern auch auf dessen soziales Umfeld, die Gegebenheiten und die Lebensumstände, in denen sich der Klient befindet. Ein Coach ist wertschätzend und zeichnet sich gleichzeitig durch seine Neutralität aus. Er bleibt lösungsfokussiert und zeigt die Bereitschaft, Problembeschreibungen, Ursachensuche und Hypothesen des Klienten Raum zu geben.

Ein Systemischer Coach ist an dem Menschen interessiert und hat gegenüber sich, anderen Menschen und dem Leben eine positive Grundeinstellung.

Wünsche / Befürchtungen an eine Coachingsession hinsichtlich des Mindsets

Als Klient wäre es wünschenswert, wenn ein Systemischer Coach den richtigen Ansatz für das Coachingthema findet und einen vielfältigen Methodenkoffer mitbringt. Ein Grundbedürfnis von Klienten ist es, gehört und gesehen zu werden. Vor allem im Coaching-Kontext sollte das von einem Coach erwartet werden können.

Zudem sollte man als Klient den Raum für sein Thema erhalten, um diesen mit eigenen Gedanken füllen zu können und durch Fragestellungen neue Denkansätze zu erhalten.

Durch Wertschätzung der Ressourcen des Klienten und entsprechende Fragetechniken ermöglicht ein Systemischer Coach es dem Klienten, neue Perspektiven einzunehmen, die er alleine nicht erhalten würde. Bislang verborgene Ressourcen können hiermit zudem herausgearbeitet werden und Gefühle, die möglicherweise sonst im Unerkannten liegen, gespürt werden.

Die neutrale Begleitung des Coaches ermöglicht eine Einordnung der Emotionen und das gezielte Einsetzen von Ressourcen. Dies erfordert eine stetige Aufmerksamkeit des Coaches.

Hierbei ist es wichtig, dass der Coach den Klienten nicht begutachtet, analysiert oder verurteilt. Der Coach sollte zudem den Blick darauf richten, dass durch das Coaching nichts verschlimmert wird oder gar Themen hochkommen, die nicht hochkommen sollten.

Erkennt man zum Beispiel während eines Coachings ein tiefsitzendes Trauma des Klienten, sollte dies zwar Raum bekommen, aber keine Aufarbeitung dessen forciert werden.

Gleichzeitig sollte der Coach den Klienten nicht aufgrund seiner eigenen Werteinstellung beurteilen, auf Basis dessen Ratschläge erteilen, Diagnosen erstellen oder ein Abhängigkeitsverhältnis erschaffen.

Er sollte jederzeit eine konstruktive Kommunikation anstreben und so den Klienten bestärken, sich mit seinen Ressourcen dem Thema zu widmen.

Weiterentwicklung des Mindsets eines Systemischen Coaches

Offenheit und Neugierde zur eigenen Weiterentwicklung sind die Grundpfeiler für die Weiterentwicklung des Mindsets eines Systemischen Coaches.

Ein Systemischer Coach sollte sich selbst hinterfragen können, durch Reflektion und Austausch lernen und neue Sichtweisen, Perspektiven und Input zulassen und einfordern bzw. suchen. Im Zuge von Supervision sollte er den Austausch mit anderen Coaches einbeziehen und/oder Feedback von Klienten erfragen, um so weitere Perspektiven zu erhalten. Hierdurch können Selbstwahrnehmung geschärft und Impulse von außen erhalten werden.

Weitere Themen in Bezug auf das Mindset eines Systemischen Coaches

Ein Systemischer Coach sollte eine positive Grundeinstellung zu den Menschen und ihren Themen mitbringen.

Kein Coaching ohne Auftrag

Ein Coach sollte sich zu 100% auf den Klienten einlassen können, eigene Befindlichkeiten und Ansichten nicht in den Coachingprozess mit einbeziehen und stets Ruhe ausstrahlen.

Mindset gleichzusetzen mit Haltung?

Durch den unterschiedlichen Input für diese Themenbereiche innerhalb der Fragebögen wurde noch der Themenbereich „Mindset gleich Haltung?“ aufgebracht.

Ist das Mindset eines Coaches gleichzusetzen mit der Haltung eines Coaches oder beinhaltet viel mehr das Mindset eines Coaches eben die Haltung, die ein Coach in einer Session seinem Klienten gegenüber einnimmt.

Durch die Ausbildung zum Systemischen Coach werden stets drei große Eckpfeiler für einen Coach verankert: Kontakt, Haltung, Demut. Diese drei Kernpunkte sind grundlegend für eine Coachingsession und für eine gute und vertrauensvolle Zusammenarbeit zwischen Coach und Klienten. Eben diese drei Punkte sollten somit auch Teil des Mindsets eines Coaches sein, um seinem Klienten gegenüber stets offen, ohne Vorurteile, Wertung und Einflussnahme gegenüberzutreten.

Besonders das „OK/OK-Modell“² spielt hierbei eine große Rolle, wodurch dem Klienten immer eine offene und unvoreingenommene Haltung entgegengebracht wird.

Denn laut Thomas Anthony Harris wird unsere Kommunikation geprägt durch die Positionen „Ich bin okay → Du bist okay“ und „Du bist okay → ich bin okay“.

Mit dieser Haltung sollte ein Coach jederzeit seinem Klienten gegenüber im Coachingprozess gegenüberzutreten. Somit sollte dies auch das Mindset des Coaches beinhalten.

² Quelle: Seite 104, Skript Systemische Coachingsausbildung „Zaisser_Skript INKONST neu (ab 03_2024) (3)

Fazit

In den vergangenen Kapiteln wurde das Mindset eines Coaches analysiert, Wünsche und Befürchtungen betrachtet und zudem der Fokus auf die Weiterentwicklung des Mindsets gelegt. Und dennoch bleiben einige Gedanken offen:

Kann das Mindset eines Coaches jemals einen Idealzustand erreichen oder ist es genau diese grundlegende Erkenntnis, dass es nie einen Idealzustand für das Mindset gibt?

Ist das Mindset eines Coaches darin begründet, sich immer weiterzuentwickeln, durch Begegnungen und Lernen stets neue Erkenntnisse zu gewinnen und diese bestmöglich einzusetzen?

Der Begriff „Growth Mindset“ muss hier nicht zwingend verwendet werden.

Dennoch ist Coaching darauf ausgelegt, dass wir unser Gehirn stets in eine Musterunterbrechung begeben, um mit vorhandenen Ressourcen Herausforderungen zu bewerkstelligen und dadurch immer wieder über unsere Grenzen hinauswachsen.

Dieses Wachstum könnte man somit auch auf das Mindset anwenden, ein Mindset, das sich stets im Wachstum befindet.

Das wahre Können kommt von Innen heraus.

Quellenverzeichnis

- Website: <https://fs.blog/carol-dweck/mindset/>
- Skript Systemische Coachinausbildung „Zaisser_Skript INKONST neu (ab 03_2024) (3)
- Interview-Fragebögen mit verschiedenen Personen (siehe Anhang)

Anhang

Kurzes Intro: Wer bist du? 😊

Sabrina Lorenz, 34 Jahre alt, Agile Leader und systemischer Business Coach. Ich begleite Menschen in ihrem beruflichen und persönlichem Wachstum.

1. Wie würdest du das Mindset eines Systemischen Coaches beschreiben?

Für mich ist ein systemischer Coach offen, möglichst unvoreingenommen und neugierig. Er ist sowohl an dem Menschen interessiert, als auch an dessen Umfeld / Systemen. Für mich ist er nicht wertend und hat eine positive Grundeinstellung zu sich selbst, anderen Menschen und dem Leben gegenüber.

2. Welche Wünsche / Befürchtungen bringt man in eine Coachingsession hinsichtlich des Mindsets des Coaches vielleicht mit?

Wünsche könnten sein, gesehen und gehört zu werden, mit deinen Themen. Raum zu haben für die eigenen Gedanken. Befürchtungen könnten sein, unpassende Ratschläge zu erhalten, das etwas Diagnostiziert wird oder auch einem eine destruktive Kommunikation begegnet.

3. Wie kann ein Systemischer Coach sein Mindset weiterentwickeln?

Immer sich selbst als unwissender und lernender zu verstehen. Offen und neugierig zu bleiben und sich stetig selbst zu hinterfragen und neue Sichtweisen / Perspektiven und Input zulassen und suchen.

Kurzes Intro: Wer bist du? 😊

Chapter Lead bei der Allianz Kunde und Markt mit Personalverantwortung und das agile Mindset und Führen auf Augenhöhe als oberste Prämisse, außerdem Mama eines Fussball-Jungen 😊 verheiratet und meine Ehrenämter liegen mir sehr am Herzen

1. Wie würdest du das Mindset eines Systemischen Coaches beschreiben?

Offen, sich der eigenen BIAS bewusst, neugierig, ohne Vorurteile oder Bewertung

des Gegenüber, und sehr empathisch, zielorientiert, Beobachter und Aktives Zuhören

2. Welche Wünsche / Befürchtungen bringt man in eine Coachingsession hinsichtlich des Mindsets des Coaches vielleicht mit?

Befürchtung: Bewertet nach seinen Werten und der eigenen Landkarte

Wünsche: den richtigen Ansatz für das Thema/Coachingfall finden, viele Methoden im Koffer

3. Wie kann ein Systemischer Coach sein Mindset weiterentwickeln?

In dem er sich selbst immer wieder reflektiert, Feedback einholt und offen für Neues ist

4. Was würde dir zum Thema noch einfallen? / Welche Ergänzung hättest du?

Eine positive Grundeinstellung zu den Menschen und ihren Themen sollte jeder

Coach mitbringen und Coaching nie aufzwingen, nur mit Mandat 😊

Kurzes Intro: Wer bist du? 😊

Michaela Buck, zertifizierter Coach, Teamcoach, Heilpraktikerin für Psychotherapie

1. Wie würdest du das Mindset eines Systemischen Coaches beschreiben?

Ganzheitliches, integriertes Denken in Wechselwirkungen, statt einzelne Beobachtungen in der Bedeutung zu übersteigern

Wertschätzend bei gleichzeitiger Neutralität

Es ist wichtig, immer auf den Einfluss des Lebensumfeldes des Coachees zu schauen und diese Sicht in den Coaching-Prozess einzubeziehen.

Lösungsfokussiert bei gleichzeitiger Bereitschaft, auch Hypothesen des Coachees zu Ursachen, Anfängen oder Problembeschreibungen Raum zu geben

2. Welche Wünsche / Befürchtungen bringt man in eine Coachingsession hinsichtlich des Mindsets des Coaches vielleicht mit?

Klienten haben manchmal den Wunsch, dass der Coach ihnen Entscheidungsvorlagen oder Tools präsentiert.

Gleichzeitig besteht immer wieder die Befürchtung, dass der Coach wertet, was der Coachee sagt, statt zugewandt neutral zu bleiben und gemeinsam mit dem Coachee exploriert.

3. Wie kann ein Systemischer Coach sein Mindset weiterentwickeln?

Da ich ein überzeugtes Mitglied der ICF (International Coaching Federation) bin, halte ich sehr viel von der Beschäftigung mit dem Thema Ethik. Dem wird bei der ICF ein wichtiger Stellenwert beigemessen. Dies zeigt sich bei der Rezertifizierung nach 3 Jahren, da dort 3 CCEUs (continuous coach education units) im Bereich Ethik nachgewiesen werden müssen.

Weiterhin ist regelmäßige Supervision wichtig, um meine eigene Selbstwahrnehmung zu schärfen und Impulse von außen zu bekommen.

Kurzes Intro: Wer bist du? 😊

Wenn ich das mal schon komplett wüsste 😊 ... Statistisch, fachlich: Eine 41 Jahre alte, verheiratete Frau mit 2 Katzen und einem Haus im Umbau. DGSF zertifizierter, systemischer Berater, Organisationsentwickler, ICF PCC, EMCC Senior Practitioner, Fach- & Führungskraft im Bereich Strategie, Transformation und Change mit >25 Jahren Berufserfahrung in unterschiedlichsten Unternehmen / Branchen im In- & Ausland.

1. Wie würdest du das Mindset eines Systemischen Coaches beschreiben?

Offen; mit einem Blick nicht nur auf den Klienten sondern ebenso auf Umfeld, Umgebung und Umstände; auf der „Suche“ nach Zusammenhängen, Dynamiken und Bewegungen; mit, an, neben und bei dem Klienten je nach Bedarf des Klienten; absolut achtsam in Bezug auf eigene Erfahrungen, Annahmen, Wünsche und sonstige Bezüge im Rahmen des Coachings und ob, wie, wann und in welcher Form diese bewusst oder unbewusst zur Verfügung gestellt werden – in ständiger Weiterentwicklung hier noch bewusster und achtsamer zu werden und dies gezielter nutzen zu können ohne dabei einschränkend oder formend zu werden und in Mentoring abzudriften

2. Welche Wünsche / Befürchtungen bringt man in eine Coachingsession hinsichtlich des Mindsets des Coaches vielleicht mit?

Wünsche: Hilfe beim Denken & eigene Lösungen finden (mein Wunsch, dass dies der Wunsch meiner Klienten ist); Bestätigung, Zuspruch; Bewunderung erhalten; Gefühlsausgleiche (was selbst nicht möglich ist zu Spüren oder auszusprechen); Einordnung oder Normalisierung durch einen „Wissenden“; Aufmerksamkeit; Mentoring (Ideen & Erfahrung); ...
Befürchtungen: Begutachtet, verurteilt oder analysiert zu werden; ausgenutzt oder abhängig zu werden; (unbewusste?) Sorge beschämt zu werden; Sorge, dass es hinterher „schlimmer“ ist und / oder Dinge hochkommen die nicht sollen, ...

Vermutlich nur ein Auszug dessen, was „man“ mitbringen könnte. Ich denke hierbei direkt an Virginia Satir und die Kliententypen 😊

3. Wie kann ein Systemischer Coach sein Mindset weiterentwickeln?

Eine spannende Frage... Was ist Mindset und wie hat es denn zu sein? Also was ist der Idealzustand, zu dem es sich zu entwickeln gilt? Gibt es diesen überhaupt?

Oder anders, nach der Theorie des Growth & Fixed Mindset von Carol Dweck könnte man sagen es wäre wünschenswert, wenn ein systemische Coach ein Growth Mindset hat. Ich würde fragen, ab wann hat er/sie das denn? Denn diese Theorie birgt meiner Meinung nach tendenziell die Gefahr, in diesen beiden „Mindset Theorien“ zu denken in Bezug auf Klienten und was sagt das über das Mindset des systemischen Coaches

aus, wenn dieser denkt der Klient hätte ein fixed mindset oder in Bezug auf sich selbst er / sie hätte ein Growth Mindset, sei aber auch zertifiziert und damit „ausgelernt“?

Persönlich denke ich: Reflection, reflection, reflection. Über die eigene Praxis, selbst, regelmäßig (idealerweise zu jeder Coaching Stunde, protokolliert und strukturiert um Muster zu erkennen) und idealerweise mit Unterstützung von außen durch eigenes Coaching / Supervision und Feedback der Klienten / des Systems. Die größte Entwicklung liegt oft im „unbewussten“ daher ist die Frage meiner Meinung nach: wie Bewusstsein schaffen für das, was entwickelt werden könnte, einem Coach jedoch selbst nicht ersichtlich ist? Alternativ – was ist „spürbar“ ein Thema aber mit Widerständen verbunden?

4. Was würde dir zum Thema noch einfallen? / Welche Ergänzung hättest du?

Sind Mindset und Haltung hier gleichgesetzt? Wenn nicht – wie wird die Haltung eingeordnet? Was ist mit persönlichen Werten? Wie wirkt sich diese Gemengelage auf Coachings aus und vor allem darauf, wenn die Schnittmenge dessen mit meinem Gegenüber nicht stimmig ist? Wie begegne ich meinem Klienten, der nicht meinen Vorstellungen entspricht und was bedeutet das systemisch gesehen (sowohl im Klientensystem als auch im miteinander Coach & Klient und nicht zuletzt Coach System). Denn Entwicklung geschieht in der Bezogenheit aufeinander und lässt sich dabei auch nicht verhindern. Und systemisch bedeutet für mich auch: jeder Mensch hat „gute“ Gründe für das eigene „sein“ und handeln. Ob ich als Coach dies mag und Sympathie entwickeln kann oder nicht. Praktisch übersetzt: (wie) könnte / würde ich zB. mit Putin arbeiten? Und was haben mein Mindset, meine Haltung meine Werte als Coach und als Person damit zu tun?

Kurzes Intro: Wer bist du? 😊

Ich bin Alina, 27 Jahre alt und wohne außerhalb von München in der ländlichen Gegend.

Ich bin gerne mit meinem Hund draußen unterwegs und beschäftige mich gerne mit Pflanzen, Handwerken wie sticken, malen, etc.

1. Wie würdest du das Mindset eines Systemischen Coaches beschreiben?

→ Orientiert am Growth Mindset

Offen, neutral, hinterfragend, du bist ok

2. Welche Wünsche / Befürchtungen bringt man in eine Coachingssession hinsichtlich des Mindsets des Coaches vielleicht mit?

Wünsche: Keine Wertung von Gedankengut/Handlungen

Befürchtungen: Gefühl von „Du bist nicht ok“, Manche Dinge wirken trivial aber sind so schwer zu durchbrechen -> Kein „schmätern“ des Rucksacks

3. Wie kann ein Systemischer Coach sein Mindset weiterentwickeln?

Stetiges Auseinandersetzen mit sich selbst & Reflektion, Stetiges Erfahrungen sammeln mit Coaching Sessions -> Wieder orientieren am Growth Mindset

Austausch mit anderen Coaches, Externe Einflüsse/Impulse holen

4. Was würde dir zum Thema noch einfallen? / Welche Ergänzung hättest du?

100% auf den Coachee einlassen, eigene Befindlichkeiten außen vor lassen, Ruhe ausstrahlen